

島根県内の知的障害（ID）児者への柔道プログラム ～スペシャルオリンピックスでの取り組み～

JUDO program for children with intellectual disabilities (ID) in Shimane
Prefecture
— Special Olympics Initiatives —

西 村 健 一
(保育教育学科)

キーワード：知的障害、柔道、スペシャルオリンピックス、島根県

1. はじめに

文部科学省によると、知的障害は記憶・推理・判断等の知的機能の発達に有意な遅れがみられ、社会生活などへの適応が難しい状態を表すとされている。しかし、個に適した支援により着実に成長し、社会適応も良いことが多い。

知的障害児の課題として、運動不足と肥満が挙げられる。知的障害児は、自分の力で食事や運動を意図的にコントロールすることが難しいため、関係者は肥満予防に関する支援をすることが必要である（苗勇，2012）。近年は、障害は環境との相互作用から起こることも指摘されており、関係者は運動機会の確保などに合理的な配慮をすることが必要である。（西村修一 & 池本喜代正，2011）。

しかし、実際には知的障害者が地域の中で参加・交流できる機会は少ない。知的障害特別支援学校の高等部卒業生にアンケート調査を行った結果では、地域で利用できる資源が限られているため、定期的な活動に参加しにくい実態が明らかになった（武蔵博文 & 水内豊和，2009）。また、障害のある子どもは、放課後・休日に友だちと遊ぶことが少なく、母親と二人で過ごすことが多くなりがちであり、テレビ・ビデオを見るのが主要な活動内容になりやすい（丸山，2009）。知的障害者が地域で定期的に他者と活動や運動をできる場を作ることは重要な課題である。

近年、知的障害児者の運動の機会として、柔道全国大会が行われている。例えば、全日本柔道連盟は障害の有無にかかわらず全ての人が柔道を通じて輝ける機会を作るため、2018年9月に東京で「第1回全日本 ID（知的障がい者）柔道選手権大会」を開催し、2019年12月に第2回大会を開催した。しかし、この大会は年一回であり、他の世界大会等にもつながっていない。

一方、各地域の定期的な知的障害者向けスポーツ活動が、国内大会及び世界大会までつながる団体がある。スペシャルオリンピックス（Special Olympics）は、世界的なスポーツ組織であり、年間を通じて知的障害者に様々なスポーツトレーニングと競技会の場を提供している団体である。スペシャルオリンピックス日本は、夏季に17競技、冬季に7競技、合計で24競技を実施している。

スペシャルオリンピックスは地域から国内大会や世界大会までつながっている。このため、参加者も日頃のスポーツが世界につながる可能性を感じることができ、トレーニングの意欲化も図りやすい。

しかし、スペシャルオリンピックスにおいて柔道プログラムはあまり実施されておらず、2020 年現在は全国的に散見される程度である(中村 & 高阪, 2019)。柔道プログラムは活動団体が少ないため、日本発祥の武道にもかかわらず、ナショナルゲーム(全国大会)さえ開催できない状況である。今後は、スペシャルオリンピックス柔道プログラムの数を全国的に増やし、世界大会につながる道を作ることが必要である。

島根県では、これまでも県内各所で知的障害者を含めた形で柔道が実施されてきた。浜田市では清和西川病院を母体として 1995 年から現在まで知的障害者や精神障害者を対象とした柔道療法に取り組んでいる(中村, 高阪, & 日比野, 2017)。江津市では 2004 年から始まった柔道濱岡塾の中で、知的障害者も一般の選手に交じって乱取などの稽古をこなしている。出雲市のユニバーサル柔道アカデミー島根では、2016 年から柔道のユニバーサル化を目指し、親子での柔道遊びや音楽遊びなどを通した取り組みを定期的に行っている(西村健一 & 梶間奈保, 2019)。松江市では、2019 年よりユニバーサル柔道アカデミー島根の協力のもと、柔道指導者有志によって知的障害者対象の柔道プログラムを開始した。

2019 年 6 月、県内各地の取り組みを、スペシャルオリンピックスという団体に結び付けたことで、松江市、出雲市、江津市、浜田市の四か所においてスペシャルオリンピックスの柔道競技が同時に始まった。全国的にも、県下四か所でスペシャルオリンピックス柔道プログラムが行われるのは珍しい。

そこで、本稿では執筆時点の島根県内各地の練習プログラムなど情報を集約・分析した上で、スペシャルオリンピックス島根の柔道プログラムが継続・発展するための個人的な提言を行う。

2. 方法

1) 対象：島根県内の松江市、出雲市、江津市、浜田市におけるスペシャルオリンピックスの柔道プログラム代表指導者にアンケート調査を行った。筆者は全会場の活動に一回以上参加し、実際の内容を確認した。各代表者には直接研究説明書に基づき説明を行い、研究に協力しない場合も不利益がないことを説明した。また、不要な個人情報を集めず個人が特定できないようにするなど、研究倫理面についても説明し参加者全員から了承を得た。

2) アンケート内容と分析方法：アンケート内容は 1. 実施の概要(場所、認定コーチ数、知的障害参加者(アスリート)数、練習回数(1 か月)、時間(分) 2. 練習内容 3. 「活動で配慮していること」「大切にしていること」である。認定コーチとは、コーチクリニック受講後、10 時間(5 回)以上コーチとして参加し、地区組織で承認後登録された人を示す。

練習内容については、記入者の意図などを尊重し、基本的に修正を行わず軽微な修正加筆にとどめることとした。

「活動で配慮していること」「大切にしていること」については、「E2D3」にてデータビジュアライズ化する方法と、「MeCab」にて形態素解析後「KH Coder 3」にて共起ネットワーク化する二つを採用した。

「E2D3」は、Microsoft Office Excel 上で動くアプリであり、Excel に含まれるデータを 80 種類以上のテンプレートで加工することが可能である。入力した数値データをグラフや図などを用いて、直感的・印象的に表現すること（データビジュアライズ化）が可能である。2018 年度 日本統計学会教育賞を受賞しており、データを分かりやすく加工する技術には定評がある。

「MeCab」は、オープンソース形態素解析エンジンである。「ChaSen」とともにテキストマイニングでは多く活用されている。名前は「和布蕪」に由来している。これを用いることで、アンケートなどのテキストデータを名詞や動詞などに分類することができる。

「KH Coder」は立命館大学産業社会学部の樋口耕一氏が開発し公開しているフリーソフトである。テキストマイニング研究などで多く活用されている。使用頻度の高い語彙の抽出、文脈と語彙との関係性表示、一緒に使われることが多い語彙の関係性（共起ネットワーク）表示、語彙の類似性によるクラスター（まとめ）表示、語彙の関係性を円（バブルプロット）で表示などの機能がある。2020 年 3 月現在は、「KH Coder 3」が最新版である。

3. 結果

1) 実施の規模について：認定コーチの総数は、松江市（3 名）、出雲市（14 名）、江津市（3 名）、浜田市（6 名）であり、出雲市が最も多く松江市が最少人数であった。練習参加している知的障害者は、松江市（3 名）、出雲市（3 名）、江津市（3 名）、浜田市（10 名）であり、浜田市が一番多く松江市、出雲市、江津市は 3 名であった。一か月あたりの練習回数は、松江市（2 回）、出雲市（4 回）、江津市（2 回）、浜田市（2 回）であり、出雲市が一番多かった。練習時間は、松江市（80 分）、出雲市（90 分）、江津市（80 分）、浜田市（80 分）であり、ほぼ一緒であるが、出雲市が一番長かった。実施の規模の結果を表 1 にまとめた。

表 1 島根県内各市における柔道プログラムの概要

	松江市	出雲市	江津市	浜田市
実施の場所	島根県立 武道館	サン・アビリティーズいずも	江津中学校 武道館	島根県立 石見武道館
認定コーチ 人数（名）	3	14	3	6
知的障害参加 者数（人）	3	3	3	10
練習回数 （1 か月）	2	4	2	2
時間（分）	80	90	90	90

2) 各道場の練習内容：代表者に回答を元に松江市（表 2）、出雲市（表 3）、江津市（表 4）、浜田市（表 5）の各道場の練習内容を記した。

表 2 松江市の練習内容

活動名	内 容
準備運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ ジョギング ・ 音楽に合わせたリズム運動 ・ 追いかけっこ ・ 時間走など
体力を高める運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ ストレッチ運動 ・ 回転運動 ・ リズムトレーニングなど
柔道	<ul style="list-style-type: none"> ・ 受け身 ・ 体さばき ・ 相手を崩す ・ 相手を投げる ・ 寝技の基本（胸と胸を合わせる。相手の動きに合わせて変化する） ・ ルールの確認など
整理運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ スクワットなど含む
黙想	<ul style="list-style-type: none"> ・ 整理体操
掃除	<ul style="list-style-type: none"> ・ 黙想

表 3 出雲市の練習内容

活動名	内 容
準備運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ 音楽に合わせたリズム運動 ・ ストレッチ運動 ・ 体幹を鍛える運動
体力を高める運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ 各種鬼ごっこ ・ なわとび（短縄、長縄） ・ 各種ドッジボール ・ リズムトレーニング ・ 受け身
柔道	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体さばき ・ 相手を崩す ・ 相手を投げる ・ 寝技の基本（胸と胸を合わせる。相手の動きに合わせて変化する）
整理運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ お互いにマッサージ
黙想	<ul style="list-style-type: none"> ・ 2分間黙想

表 4 江津市の練習内容

活動名	内 容
あいさつ	・ 目標の確認
準備運動	・ 主な活動のねらいの確認 ・ 体の準備 温め、柔軟性を養う（回転運動、動的ストレッチ運動を中心に） ・ 心の準備とモチベーションの高揚
体力を高める運動	・ 柔道に関係する補強的な運動（柔道の特性に応じた動きづくり）
・ 補強運動	・ 柔道に大切となる体力づくり（柔軟性、筋力、瞬発力 他）
・ 基礎体力の強化	・ 遊びを加味したトレーニング（ボール、帯、ロープ等） ・ やる気に繋がる意識化と意欲強化（自分の弱点の意識と克服努力）
相対練習の工夫	・ 一人から、二人で・低速から、高速で・単純から、複雑に
・ 受け身	・ 低い位置から、高い位置へ
・ 柔道の動きづくり	・ 柔道に関わる用語の確認と認識 ・ 組み合う練習、抑え合う練習（立ち技、寝技に係る打ち込み練習）
約束練習	・ 打ち込み
・ 投げ込み	・ きれいに投げる、投げられる習得
・ 約束練習	・ 投げる、抑える等の約束練習
・ 申し合い練習	・ 投げられる、抑え込みから逃げる練習
・ 抑え込み技の習得と逃れ方の習得	・ 攻防の練習、様々な人との申し合い練習、 ・ 寝技に係る世界一周等 ・ 抑える逃げる攻防 ・ 寝技乱取り ※年齢別、習熟度別 ・ 立ち技乱取り ※体重別に、学年別に、フリーで
乱取り（1～3分）	・ 一日の反省と課題の共有 ・ 目標、ねらいの自己反省と感想（良かったこと、人のことについて）
整理運動	
黙想・あいさつ	・ 次回への自己目標を立てる（集団目標とねらいの確認と決定） ・ 体と心のチェック ・ みんなへの感謝の気持ちを込めてのあいさつ ・ 申し合い練習；手加減を知る練習
時期や必要に応じた内容等	・ 得意技の習得練習；約束練習、申し合い練習 ・ 乱取り練習；全力を出し切る練習、様々な人との練習 ・ 紅白試合

表 5 浜田市の練習内容

活動名	内 容
あいさつ	
帯体操	・リズムを取りながらまねる
体幹トレーニング	・体幹バランスの向上 ・遊びを通して体力の向上
遊びリハ	・けが防止
受け身トレーニング	・距離感などの習得 学習能力の向上 ・SSTのロールプレイを利用し、ほめる
打ち込み	・上がったテンションを元に戻す
乱取り	
体操	

3) 自由記述の分析結果

(1)「活動で配慮していること」:「MeCab」と「KH Coder」で分析を行った結果、大きく二つグループに分かれた(図1)。一つ目は「参加」を中心として「柔道」「練習」「人」「コミュニケーション」がつながるグループであった。もう一つは「理解」という言葉に「アスリート」「コーチ」がつながっているグループであった。

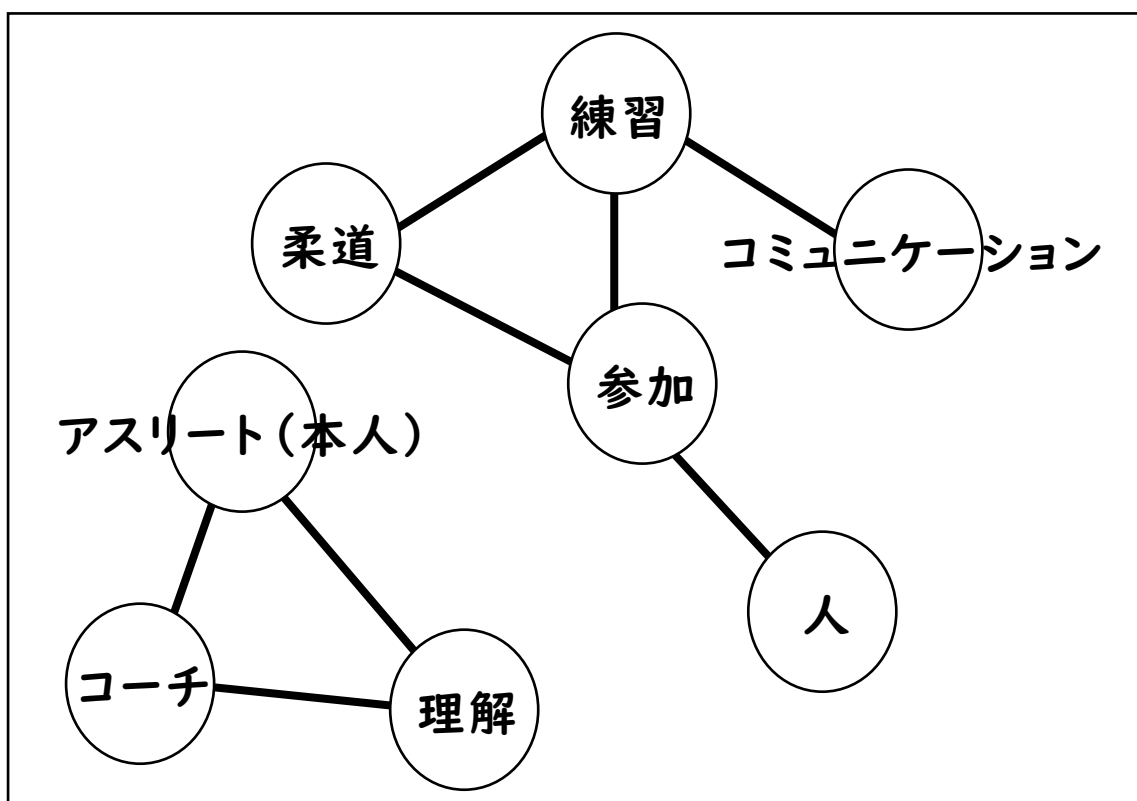


図1 活動で配慮していること(共起ネットワーク図を元に筆者改訂)

(2)「大切にしていること」:「E2D3」でワードクラウド作成を行った結果、「参加」「楽しめる」「思いやり」「柔道」という文字が目立つワードクラウドが作成された(図2)。

図 2 「大切にしていること」のワードクラウド

本論では、島根県内で始まった4つのスペシャルオリンピックス柔道プログラムの実態を明らかにすることができた。松江市、出雲市、江津市、浜田市の取り組みはそれぞれ実態が異なるが、地域の実情や経緯がそもそも異なるので多様性があることは当然である。

自由記述については、「共起ネットワーク図」でも「ワードクラウド」においても、親和的・意欲的で前向きな言葉が多くみられた。現在の柔道においては、競技性が重視されすぎており、柔道の本質である人間教育が十分に行われていないという指摘がある（田中裕之, 2018）。柔道の本来の教育理念は、スペシャルオリンピックス柔道プログラムと共通する部分であろう。

海外では競技柔道だけでなく、教育や生涯スポーツの一つとして取り組まれていることもある。たとえば、フランスにおいては、大人の競技柔道を子供に押し付けるのではなく、子供の目線で楽しく理解できる柔道プログラムが考案し実施されている(小山泰文, 杉山重利, & 斉藤仁, 2003)。筆者も各プログラムに参加したが、全ての柔道は楽しく活動的であった。

本取り組みが知的障害のある人や関係者の地域における定期的な「居場所」に育つことを期待して提言を行いたい。

5. 提言

スペシャルオリンピックス島根柔道プログラムは県下四か所で同時スタートという全国的にも珍しい形態をとっている。この取り組みを一時的なものではなく継続していくためには以下の工夫が必要である。

1) **指導者同士の連携**：島根県は東西に長く広大な面積があるため、日ごろの指導者が直接会って交流することは難しい。ホームページや SNS、インターネット会議システムを活用した情報交換を行いながら、チーム島根としての活動を盛り上げていくことが必要であろう。

2) **知的障害者の運動に関する専門性向上**：知的障害は、一般的に運動面に困難さがあることが知られている(松原, 2012)。また、一度に覚えたり判断したりする情報量は限られているため、運動における情報の伝え方は工夫が必要である。そのため、「運動行為実行中の言語的教示は、むしろ行為を干渉するノイズになる。より効果的な教示とは KR (knowledge of results : 結果の知識) で与えるべきである」という指摘もある(七木田, 2013)。つまり、運動中に指導者は精選した指示を与えるにとどめ、運動が終わった後に良かった点などを伝えるほうが高い効果を得られるということである。

3) **人権意識を高めること**：指導者アンケートの中に「思いやり」という言葉が出てきている。「思いやり」は一見温かい言葉ではあるが、裏を返せば「立場の上のもの(健常者)が、下の者(知的障害者)に配慮してやる」意味を含む危険性はないだろうか。現在の島根県内の取り組みには、この気配は全くない。しかし、関係者は常に自らの意識を顧みながら、ともに活動をしていく謙虚さが求められるであろう。

4) **後継者の育成**：若年の参加者(アスリート)を対象とした場合、活動を通して運動量を確保し心拍数の上がる展開をしていく必要がある。そのためには、若手の指導者の確保が必要となる。現在は、充実した指導者陣がそろっている島根県であるが、今後数十年後を見たときに指導者人員の確保はできているだろうか。確保をするためには、柔道にありがちな「暗黙知」ではなく、合理的な説明を続けていくことが必要であろう。

謝辞；本研究は、松江市、出雲市、江津市、浜田市の柔道指導者の先生にご協力をいただきました。また、スペシャルオリンピックスの関係者の方にもお力添えをいただきました。ここに深く感謝いたします。

引用参考文献

- 小山泰文，杉山重利，& 斉藤仁．（2003）．フランスにおける柔道の普及振興策――特に，初心者指導を中心に（報告書（体育研究所プロジェクト研究））．*国士舘大学体育研究所報*，22，71-77.
- 丸山啓．（2009）．特別支援学校に通う障害のある子どもの放課後・休日支援の現状と課題――京都府における保護者対象質問紙調査より．*京都教育大学紀要*(114)，149-161.
- 松原豊．（2012）．知的障害児における発達性協調運動障害の研究：運動発達チェックリストを用いたアセスメント．*こども教育宝仙大学紀要*(3)，45-54.
- 苗勇；松坂晃；勝本真；尾形敬史；内田清香．（2012）．知的障害児の肥満と身体活動に関する予備調査．*茨城大学教育学部紀要．教育科学*，(61)，421-427.
- 文部科学省「特別支援教育について：知的障害教育」（https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/tokubetu/004/003.htm，2020年3月9日閲覧）
- 武蔵博文，& 水内豊和．（2009）．知的障害者の地域参加と余暇活用に関する調査研究．*富山大学人間発達科学部紀要*』3(2)，55-61.
- 中村和．，高阪勇．，& 日比野，幹．（2017）．精神障害者・知的障害者に対する柔道療法の事例研究：社会医療法人清和会西川病院の取り組みから見た柔道療法の新たな可能性．*武道学研究*，49(3)，193-199.
- 中村和．，& 高阪勇．（2019）．スペシャルオリンピックス日本・広島における柔道プログラムの事例報告．*武道学研究*，51(3)，191-202.
- 七木田敦．（2013）．発達性協調運動障害（DCD）と運動指導．*子どもと発達発達*(11)，172-176.
- 西村健一，& 梶間奈保．（2019）．音楽科教育と特別支援教育に見る学生の専門性向上の取り組み：教員養成課程における授業実践の報告と課題．*人間と文化*，2，85-96.
- 西村修一，& 池本喜代正．（2011）．ICF と合理的配慮との関連性-個人のニーズの実質的視点から合理的配慮を捉える方法的知見．*宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要*(34)，137-144.

スペシャルオリンピックス「スペシャルオリンピックスとは」
(<http://www.son.or.jp/about/index.html>, 2020 年 3 月 9 日閲覧)

田中裕之. (2018). 柔道を「続けよう」「始めよう」. 公益財団法人 日本武道館. *武道*, 12, 168-177.

全日本柔道連盟「「第 2 回 ID(知的障がい者)柔道大会」大会情報掲載
(2019.12.7-8)」(<https://www.judo.or.jp/p/50556>, 2020 年 3 月 9 日
閲覧)